

PENGARUH MODEL PERMAINAN BERKOMPETISI TERHADAP KEMAMPUAN BERMAIN TENIS MEJA (Studi Pada Siswa Putra Ekstrakurikuler Tenis Meja SMAN 1 Gresik)

Diva Elga Rista

Mahasiswa S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Surabaya, Divaelgarista@Gmail.com

Heryanto Nur Muhammad

Dosen S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Surabaya

Abstrak

Bentuk meningkatkan penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani. Sekolah merupakan suatu wadah untuk mendidik dan mengembangkan potensi yang ada pada siswa, baik kegiatan didalam jam pelajaran sekolah (intrakurikuler) maupun kegiatan di luar jam sekolah (ekstrakurikuler). Penjasorkes dapat dilakukan dalam bentuk pendidikan non formal misalnya melalui kegiatan ekstrakurikuler. Kegiatan ekstrakurikuler merupakan program sekolah, berupa kegiatan siswa di luar jam pelajaran yang bertujuan untuk memperdalam dan memperluas pengetahuan siswa, optimasi untuk pelajaran terkait, menyalurkan bakat dan minat, pengayaan serta lebih memantapkan kepribadian siswa. Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang diselenggarakan di luar jam pelajaran yang tercantum dalam susunan program sesuai dengan keadaan dan kebutuhan sekolah. Ekstrakurikuler yang dimaksud dalam penelitian ini adalah ekstrakurikuler tenis meja. Rumusan masalah dari penelitian ini adalah: 1) Apakah ada pengaruh model permainan berkompetisi terhadap kemampuan bermain tenis meja siswa ekstrakurikuler tenis meja SMAN 1 Gresik. 2) Seberapa besar pengaruh model permainan berkompetisi terhadap kemampuan bermain tenis meja siswa ekstrakurikuler tenis meja SMAN 1 Gresik. Sampel penelitian di ambil berdasarkan *Cluster Random sampling* merupakan teknik sampling yang memberikan peluang yang sama bagi individu yang menjadi anggota populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel yaitu siswa ekstrakurikuler SMAN 1 Gresik sebanyak 24 siswa. Metode dalam analisis ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dan uji t (*Independent Sample t-test*), sedangkan proses pengambilan data dilakukan dengan menggunakan tes *forehand* dan *backhand*. Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa: 1) Ada pengaruh. 2) Model permainan berkompetisi memberikan rata-rata peningkatan kemampuan bermain tenis meja siswa sebesar 52,70%.

Kata Kunci: model permainan berkompetisi, kemampuan bermain tenis meja.

Abstract

The form of improvement on education implementation as a development process give opportunity to student to directly involved on various learning experiences through physical activity. School is a place to educate and develop student's potential, either activity within school hour (intracurricular) or out of school hour (extracurricular). Physical education can be performed on non formal education such an extracurricular activity. Extracurricular activity is school program, in the form of student activity out of school hour that aim to deepening and extend student knowledge, optimize related subject, channelling talent and interest, enrichment and to strengthening student's personality. Extracurricular activity is an activity that performed out of school hour that enlisted in program arrangement based on school condition and requirement. Extracurricular that meant in this research is table tennis extracurricular. Problem of formulation of this research are : 1) is there any effect from the role of competition match to student of Senior High School 1 Gresik table tennis playing ability?, 2) how big is the effect of competition match role to student of Senior High School 1 Gresik table tennis playing ability?. Research sample intake based on cluster random sampling which is a sampling technique that give same chance to individual who become the population member to be chosen as a population member namely extracurricular student of Senior High School 1 Gresik that amounted of 24 students. Method in this analysis apply descriptive quantitative method and t-test (independent sample t-test). While data intake process conducted through forehand and backhand tests. Research result can be conclude that : 1) there is an effect, 2) competition match model give improvement to student's playing table tennis ability as big as 52.70%.

Keywords: competition match model, playing table tennis ability

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu sasaran pokok dalam program pemerintah dalam usaha mencerdaskan dan mensejahterakan kehidupan bangsa dalam mewujudkan masyarakat adil dan makmur. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (Penjasorkes) sebagai bagian kurikulum yang diberikan dari mulai pendidikan tingkat dasar (SD) hingga pada tingkat tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA). Hal ini karena Penjasorkes merupakan bagian dari sistem pendidikan yang mempunyai tujuan untuk mewujudkan manusia Indonesia seutuhnya. Seperti yang dijelaskan dalam UU NO. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Bab II, Pasal : 3 yang menyatakan bahwa :“Pendidikan Nasional bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab”.

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (Penjasorkes) merupakan bagian dari kurikulum yang diberikan pada pendidikan tingkat Sekolah Dasar (SD) hingga pada tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA). Penjasorkes juga merupakan suatu media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai, serta pola hidup sehat yang berguna untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang. Penjasorkes meliputi antara lain materi atletik, bola besar, bolakecil, senam dasar, senam irama, aquatik, bela diri, kebugaran jasmani, dan kesehatan. Dengan adanya penjasorkes di sekolah terutama Sekolah Menengah Atas (SMA), siswa dapat menyalurkan kemampuannya. Sehingga siswa akan merasa senang dan gembira dalam melakukan aktivitas jasmani.

Bentuk meningkatkan penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani. Sekolah merupakan suatu wadah untuk mendidik dan mengembangkan potensi yang ada pada siswa, baik kegiatan didalam jam pelajaran sekolah (intrakurikuler) maupun kegiatan di luar jam sekolah (ekstrakurikuler). Penjasorkes dapat dilakukan dalam bentuk pendidikan non formal misalnya melalui kegiatan ekstrakurikuler.

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan program sekolah, berupa kegiatan siswa di luar jam pelajaran yang bertujuan untuk memperdalam dan memperluas pengetahuan siswa, optimasi untuk pelajaran terkait, menyalurkan bakat dan minat, pengayaan serta lebih

memantapkan kepribadian siswa. Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang diselenggarakan di luar jam pelajaran yang tercantum dalam susunan program sesuai dengan keadaan dan kebutuhan sekolah. Ekstrakurikuler yang dimaksud dalam penelitian ini adalah ekstrakurikuler tenis meja.

Tenis meja pada dasarnya membutuhkan kemampuan untuk melakukan berbagai macam pukulan dan keterampilan memainkan raket atau bed. Para pembina diharapkan dapat memberikan latihan berbagai macam pukulan dasar yang ada dalam permainan tenis meja agar peserta didik dapat meningkatkan maupun menguasai pukulan dasar tersebut. Komponen yang penting dalam mempersiapkan peserta didik adalah program latihan teknik yang meliputi teknik pegangan, teknik pukulan, dan teknik bermain, serta latihan taktik yang meliputi taktik bermain tunggal dan ganda, sedangkan latihan mental dapat dilakukan dengan cara banyak melakukan uji tanding.

Dalam sebuah latihan diperlukan adanya penilaian dan evaluasi teknik yang sudah diajarkan. Sehingga siswa mengetahui seberapa kemampuan dan dapat melakukan pengembangan setelah dievaluasi kesalahan. Menurut Hodges. L (2007 : 11), ada beberapa teknik dalam permainan tenis meja yaitu: *drive, topspin, smash, block, flick, lob, push, chop, servis, flat hit, drop shot*. Dari beberapa teknik tersebut tidak semua siswa menguasai pukulan dengan baik, karena setiap siswa memiliki kelebihan dan kekurangannya masing-masing. Pembina dituntut untuk memaksimalkan kemampuan siswanya, dengan menilai dan mengevaluasi. Akan tetapi belum ada penilaian dan catatan tentang peningkatan siswa dan program latihan yang jelas khususnya ekstrakurikuler tenis meja di SMAN 1 Gresik.

Peserta didik di dalam latihan harus dilakukan dengan sistem yang benar dan harus memperhatikan aspek-aspek penunjang yang diperlukan. Apabila sistem dalam latihan dan aspek penunjang kurang mendapat perhatian secara serius, kemungkinan besar siswa tersebut banyak mengalami masalah. Di dalam permainan tenis meja terdapat lima metode latihan yang masing-masing terdapat keuntungan dan kerugiannya. Metode latihan berlatih dengan pelatih, berlatih dengan pemain lain, berlatih sendiri, dan menggunakan mesin pelempar bola (Hodges. L, 2007 : 55). Namun, banyak guru hanya menggunakan metode berlatih dengan pelatih, dan berlatih sendiri dengan siswa lain. Metode berlatih dengan pemain lain (permainan berkompeterisi) jarang dilakukan oleh siswa karena sudah kelelahan dengan beban latihan yang diberikan.

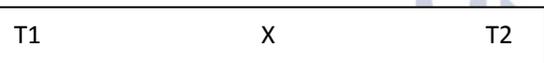
Sistem kompetisi (*round robin*) adalah sistem pertandingan yang memberikan kesempatan bagi setiap regu untuk saling berhadapan/bertemu dengan semua regu peserta kejuaraan (Kristiyandaru, A, 2010 : 124). Karena dengan adanya sistem berkompetisi ini diharapkan siswa lebih termotivasi dan lebih aktif didalam pelaksanaan ekstrakurikuler tenis meja, sehingga dapat meningkatkan kemampuan bermain tenis meja.

Dengan adanya masalah-masalah yang telah dijabarkan tersebut, maka judul penelitian ini adalah, "Pengaruh Model Permainan Berkompetisi terhadap Kemampuan Bermain Tenis Meja". Studi pada siswa ekstrakurikuler tenis meja SMAN 1 Gresik.

METODE

Penelitian ini termasuk jenis penelitian eksperimen dengan pendekatan deskriptifkuantitatif. Penelitian deskriptif adalah penelitian yang dilakukan untuk menggambarkan gejala, fenomena atau peristiwa tetentu. Pengumpulan data dilakukan untuk mendapatkan informasi terkait dengan fenomena, kondisi atau variabel tertentu dan tidak dimaksudkan untuk melakukan pengujian hipotesis (Maksum, 2008: 13).

Desain penelitian yang digunakan adalah desain *One Group Pretest-Posttest Design*. Menurut Maksum (2008: 47) mengatakan, "Desain ini tidak ada kelompok kontrol, dan subjek tidak ditempatkan secara acak. Kelebihan desain ini adalah dilakukannya *pretest* dan *posttest* sehingga dapat diketahui dengan pasti perbedaan hasil akibat perlakuan yang diberikan". Adapun desain yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut:



Keterangan:

- T1 : *Pretest* (tes awal sebelum diberi model permainan berkompetisi).
- X : Perlakuan (kemampuan bermain tenis meja melalui model permainan berkompetisi).
- T2 : *Posttest* (tes akhir setelah diberi model permainan berkompetisi).

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler tenis meja SMAN 1 Gresik yang berjumlah 31 siswa, yaitu 24 putra dan 7 putri. Teknik pengambilan sampelnya yaitu diambil secara *purposive sampling*. Dalam *purposive sampling* yang dipilih bukan individu melainkan kelompok atau area yaitu siswa putra yang berjumlah 24 siswa. Alasan peneliti mengambil sampel siswa putra karena jumlah siswa

putra lebih banyak yaitu 24 siswa daripada siswa putri yang hanya 7 siswa.

Dalam penelitian ini, pengumpulan data yaitu dengan instrumen yang telah ditentukan. Dalam hal ini tes *forehand* dan *backhand* tenis meja dilakukan di SMAN 1 Gresik. Prosedur pengumpulan data adalah sebagai berikut :

- a. Pengumpulan data dilakukan di SMAN 1 Gresik selama 8x (delapan kali) pertemuan dan data yang dihasilkan kemudian diolah dengan teknik analisis data.
- b. *Pretest* pada pertemuan I
 - Pretest* dilakukan pada pertemuan pertama dengan langkah-langkah sebagai berikut :
 - 1) siswa disiapkan di lapangan.
 - 2) Kemudian siswa diberikan *pretest* yang telah ditentukan yaitu tes *forehand* dan *backhand* tenis meja.
 - 3) Hasil dari *pretest* dikumpulkan untuk dianalisis.
- c. Perlakuan (*treatment*) pada pertemuan II-VII
 - Pada perlakuan (*treatment*) *forehand* dan *backhand* tenis meja dilakukan dalam bentuk sistem kompetisi yaitu setengah kompetisi, dimana siswa dikelompokkan menjadi 8 Pool, masing-masing Pool terdiri dari 3 siswa. Berikut bagan pertandingan :
- d. *Posttest* pada pertemuan VIII

Setelah perlakuan (*treatment*) telah diberikan melalui bentuk modifikasi pembelajaran pendidikan jasmani. Dalam hal ini *forehand* dan *backhand* tenis meja dari perlakuan kedua, ketiga hingga pertemuan kelima, kemudian siswa diberikan *posttest* yaitu tes *forehand* dan *backhand* tenis meja yang telah ditentukan seperti halnya pada waktu *pretest*.

Dari data hasil *pretest* dan *posttest* yang telah terkumpul, kemudian di analisis menggunakan rumus-rumus yang sesuai untuk mencari hasil akhir. Dalam hal ini pengaruh model permainan berkompetisi terhadap kemampuan bermain tenis meja.

Untuk melihat adanya pengaruh efektivitas pembelajaran lompat tinggi gaya *flop* dengan menggunakan alat bantu pembelajaran dan tanpa alat bantu pembelajaran. adalah dengan menghitung *mean*. *Mean* adalah angka yang diperoleh dengan membagi jumlah nilai-nilai dengan jumlah individu.

1. Rata-rata/ *mean*

$$M = \frac{\sum X}{n}$$

Keterangan :

M : Mean

$\sum X$: Jumlah total nilai dalam distribusi

n : Jumlah individu

(Maksum, 2009: 16)

2. Standar Deviasi

$$SD = \sqrt{\frac{N \sum X^2 - (\sum X)^2}{N(N-1)}}$$

Keterangan :

SD : Standar deviasi

$\sum X^2$: Jumlah total nilai dalam

distribusi dikuadratkan

N : Jumlah individu,
(Maksum 2009: 27)

3. Varian

$$S_1 = \frac{N \sum X^2 - (\sum X)^2}{N(N-1)}$$

Keterangan :

S₁: Varian

$\sum X^2$: Jumlah nilai dikalikan frekuensi dan dikuadratkan

$\sum X$: Jumlah nilai dikalikan frekuensi,

(Maksum 2009 : 30)

4. Uji Normalitas

$$X^2 = \sum \left[\frac{(f_o - f_e)^2}{f_e} \right]$$

Keterangan:

X² : Nilai Chi Square

f_o : Frekuensi yang dipengaruhi

f_e : Frekuensi yang diharapkan

(Maksum, 2009: 47)

5. Uji T (Untuk Sampel yang Sejenis)

Dalam penelitian ini menggunakan uji T (untuk sampel yang sejenis) dimaksudkan bahwa distribusi data yang dibandingkan berasal dari kelompok subyek yang sama. Uji T ini dimaksudkan untuk menghitung pengaruh kedua hasil *pretest* dan *posttest*.

$$t = \frac{M_1 - M_2}{\sqrt{\left[\frac{S^2}{N_1} \right] + \left[\frac{S^2}{N_2} \right]}}$$

Keterangan :

M₁ = Mean pada distribusi sampel 1

M₂ = Mean pada distribusi sampel 2

S₁² = Nilai varian pada distribusi sampel 1

S₂² = Nilai varian pada distribusi sampel 2

N₁ = Jumlah individu pada sampel 1

N₂ = Jumlah individu pada sampel 2

(Maksum, 2009:42)

Untuk mengetahui besarnya pengaruh model permainan berkompetisi terhadap kemampuan bermain tenis meja dapat dihitung dengan rumus :

$$\text{pengaruhnya} = \frac{MD}{M_{pre}} \times 100\%$$

Keterangan:

MD : mean dari jumlah selisih

M_{pre} : mean dari pretest

(Maksum,2009: 39).

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil penellitian menunjukkan bahwa, terdapat pengaruh yang signifikan model permainan berkompetisi terhadap kemampuan bermain tenis meja.

Berikut ini adalah data hasil tes *forehand* dan *backhand* tenis meja siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Gresik, sebagai berikut :

Hasil tes *forehand* dan *backhand* tenis meja siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Gresik (*Pretest*) memiliki nilai rata-rata sebesar 24,04, nilai standar deviasi sebesar 8,275, dan nilai varians sebesar 68,476, dengan nilai terendah sebesar 10 dan nilai tertinggi sebesar 39. Sedangkan hasil tes *forehand* dan *backhand* tenis mejasiswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Gresik (*Posttest*) memiliki nai rata-rata sebesar 36,71, nilai standar deviasi sebesar 11,786, dan nilai varians sebesar 138,911, dengan nilai terendah sebesar 18 dan nilai tertinggi sebesar 56.

Dari hasil analisis beserta penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa hasil tes *forehand* dan *backhand* tenis meja siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Gresik (*Posttest*) lebih baik daripada (*Pretest*), dengan kata lain bahwa ada pengaruh model permainan berkompetisi terhadap kemampuan bermain tenis mejayang signifikan sebesar 5,241 atau 52,70%.

Pertandingan tenis meja siswa ekstrakurikuler tenis meja SMAN 1 Gresik dilakukan selama 6 pertemuan dari tanggal 15 Februari sampai tanggal 06 Maret 2014, dengan jumlah siswa sebanyak 24 siswa, yang dibagi menjadi 8 pool, masing-masing pool terdiri dari 3 siswa.

Tabel 1. Hasil Pertandingan Tenis Meja

No	Penyisihan	8 Besar	Semi Final	Final	Juara
1	A	Firman Adi	Firman	Ghani	Zaki
2	B	Irvan	Adi		
3	C	Kiki	Ghani		
4	D	Ghani	Ghani		
5	E	Zaki	Zaki	Zaki	
6	F	Cahya	Zaki		
7	G	Fikri	Shidiqi		
8	H	Shidiqi	Shidiqi		

Dari tabel di atas dapat dijelaskan bahwa kompetisi babak penyisihan akan melanjutkan ke babak 8 besar, semifinal dan final. Pada babak penyisihan jumlah pertandingan yang telah dilakukan sebanyak 48 kali pertandingan dengan masing-masing pertandingan tiap pool sebanyak 6 kali pertandingan, pada babak 8 besar dilakukan sebanyak 4 pertandingan, semifinal sebanyak 2 pertandingan, dan final sebanyak 1 pertandingan. Hasil kompetisi menunjukkan Zaki sebagai pemenang setelah mengalahkan Ghani dengan skor 3 – 2 pada tanggal 06 Maret 2014.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa hasil kompetisi merupakan hasil kemampuan siswa ekstrakurikuler tenis meja SMAN 1 Gresik yang dibuat dengan tujuan untuk mengetahui model permainan berkompetisi dapat berpengaruh atau tidak terhadap kemampuan bermain tenis meja. Dan hasil penelitian membuktikan bahwa model permainan berkompetisi dapat berpengaruh terhadap kemampuan bermain tenis meja pada siswa ekstrakurikuler tenis meja SMA Negeri 1 Gresik.

Syarat Uji Hipotesis

Hal-hal yang diperlukan untuk mengetahui uji hipotesis dalam analisis penelitian ini menggunakan uji normalitas dan uji beda, sebagai berikut :

1) Uji Normalitas

Tabel 2. Hasil Pengujian Normalitas

Model	N	Mean	Sd	K-S Z	Sig
Hasil Tes <i>Forehand</i> dan <i>Backhand</i> Tenis Meja	48	30.3	11.94	2.64	2.82

Nilai signifikan dari hasil tes *forehand* dan *backhand* tenis meja siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Gresik diperoleh nilai Kolmogorov-Smirnov Z berada di bawah nilai α signifikan 5% atau 0,05 dengan kata lain $t_{hitung} < t_{tabel}$ ($2,635 < 2,815$) sehingga diputuskan H_0 diterima yang berarti bahwa data memenuhi asumsi normal. Sehingga data penelitian tersebut layak digunakan untuk penelitian selanjutnya.

2) Uji Beda (*One Sample t-test*)

Tabel 3. Hasil Pengujian Uji Beda

Model	Mean Difference	df	t	Sig. (2-tailed)
Hasil Tes <i>Forehand</i> dan <i>Backhand</i> Tenis Meja	30.3	47	5.955	.000

Hasil penghitungan uji t (*One Sample t-test*) dengan mengkonsultasikan nilai t_{hitung} dan nilai t_{tabel} , maka dapat dikatakan bahwa H_0 ditolak dan terima H_a

karena nilai t_{hitung} ($5,955$) $<$ t_{tabel} ($2,064$). Dengan kata lain bahwa model permainan berkompetisi dapat berpengaruh terhadap kemampuan bermain tenis meja pada siswa ekstrakurikuler tenis meja SMAN 1 Gresik dengan pengaruhnya sebesar 52,70 %.

Pembahasan

Pembahasan ini akan membahas penguraian penelitian tentang pengaruh model permainan berkompetisi terhadap kemampuan bermain tenis meja pada siswa ekstrakurikuler tenis meja SMA Negeri 1 Gresik. Kemampuan bermain tenis meja merupakan hasil belajar siswa dalam meningkatkan teknik ataupun penguasaan yang diaplikasikan dalam sebuah model permainan berkompetisi. Model permainan berkompetisi adalah suatu sistem pertandingan yang dipakai dalam suatu turnamen, biasanya olah raga, yang mempertemukan setiap peserta dengan peserta lainnya secara lengkap.

Sesuai dengan rumusan masalah, tujuan penelitian dan hasil penelitian pengaruh model permainan berkompetisi terhadap kemampuan bermain tenis meja pada siswa ekstrakurikuler tenis meja SMA Negeri 1 Gresik dengan menggunakan desain penelitian *One Group Pretest-Posttest Design*, dan dengan menggunakan tes *forehand* dan *backhand* tenis meja. Hasil penelitian mengatakan bahwa hasil tes *forehand* dan *backhand* tenis meja siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Gresik (*Pretest*) memiliki nilai rata-rata sebesar 24,04, nilai standar deviasi sebesar 8,275, dan nilai varians sebesar 68,476, dengan nilai terendah sebesar 10 dan nilai tertinggi sebesar 39. Sedangkan hasil tes *forehand* dan *backhand* tenis meja siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Gresik (*Posttest*) memiliki nilai rata-rata sebesar 36,71, nilai standar deviasi sebesar 11,786, dan nilai varians sebesar 138,911, dengan nilai terendah sebesar 18 dan nilai tertinggi sebesar 56. Dan hasil penelitian membuktikan bahwa model permainan berkompetisi dapat berpengaruh terhadap kemampuan bermain tenis meja pada siswa ekstrakurikuler tenis meja SMAN 1 Gresik dengan pengaruhnya sebesar 52,70 %.

Dari hasil penelitian ini, dapat ditegaskan oleh penulis bahwa pembelajaran pada dasarnya merupakan suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh perubahan hasil dari apa yang telah dipelajari, dan tentunya agar menjadi lebih baik dari sebelum memperoleh suatu pembelajaran. Dalam memperoleh perubahan suatu pembelajaran, peran guru sangatlah penting. Terutama dalam menentukan model dan metode pembelajaran yang akan diterapkan dalam kegiatan belajar mengajar dan telah dibuktikan bahwa model permainan berkompetisi dapat meningkatkan

kemampuan bermain tenis meja siswa ekstrakurikuler tenis meja SMAN 1 Gresik.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil pembahasan yang telah diuraikan pada bab IV, dapat dikemukakan kesimpulan sebagai berikut :

1. Ada Pengaruh
2. Model permainan berkompeterisi memberikan rata-rata peningkatan kemampuan bermain tenis meja siswa sebesar 52,70%.

Saran

Adapun saran yang dapat diberikan dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Guru Ekstrakurikuler

Model permainan berkompeterisi terhadap kemampuan bermain tenis meja dapat digunakan sebagai salah satu alternatif rujukan dalam pengembangan proses latihan ekstrakurikuler di sekolah.

2. Peneliti Lain

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan bagi peneliti lain yang ingin mengembangkan penelitian serupa. Diharapkan penelitian menambahkan sampel penelitian lebih banyak lagi. Sehingga diharapkan diperoleh perubahan secara menyeluruh dan hasil penelitian yang maksimal.

DAFTAR RUJUKAN

- UU No. 20 (2003). *Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta: Biro Hukum dan Organisasi.
- Hodges, Larry. (2007). *Tenis Meja : Tingkat Pemula*. Jakarta : PT. RajaGrafindo Persada.
- Kristiandaru, Advendi. (2010). *Manajemen Pendidikan*. Surabaya : Unesa University Press.
- Maksum, Ali. (2008). *Buku Ajar Matakuliah Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya : Tanpa Penerbit.
- Maksum, Ali. (2009). *Buku Ajar Matakuliah Statistik dalam Olahraga*. Surabaya : Tanpa Penerbit.